



ส่งเสริมสุขภาพ

วัยทำงาน

วัยทำงานสุขภาพแข็งแรง
ฉลาดรอบรู้ เติริยมความพร้อม
เข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

วัยทำงานอายุ
18-59 ปี
มี BMI ปกติ

ร้อยละ
49

โครงการ/กิจกรรมสำคัญ

โครงการ 10 ล้านครอบครัวไทย ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

ขับเคลื่อนการส่งเสริมการออกกำลังกายโดยมีชุมชนเป็นฐาน

- อปท. ชมรมกีฬา/ออกกำลังกาย
- รพ./รพ.สต.
- กำกับติดตามผ่าน

เว็บไซต์ 10 ล้านครอบครัวไทย

“ทำไทยก้าว...ไกลโรค”

National Steps Challenge

- ลงทะเบียนรายบุคคล ในแอปพลิเคชัน LINE
- ส่งผลสะสมระยะทางเดิน-วิ่ง ตั้งแต่ 1 กพ. – 31 มีค. 63

คณะกรรมการ
และกองทุนส่งเสริม
การออกกำลังกาย
ระดับจังหวัด

วัยทำงาน สร้างสุข สดชื่น อายุยืนด้วย

10 PACKAGES



ระบบสนับสนุน

- ฐานข้อมูลโครงการ 10 ล้านครอบครัวฯ สำหรับสนับสนุน สื่อ องค์ความรู้ ระบบลงทะเบียน และระบบติดตามผลผ่านเว็บไซต์ activefam.anamai.moph.go.th และระบบกิจกรรม “ทำไทยก้าว...ไกลโรค”
- สนับสนุนการจัดตั้งกองทุนฯ ด้านงบประมาณ รูปแบบคณะกรรมการ และรูปแบบการจัดการกองทุนฯ

โครงการ 10 ล้านครอบครัวไทยออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ



“ส่งเสริมการออกกำลังกายโดยมีชุมชนเป็นฐาน มุ่งเน้นการส่งเสริมการออกกำลังกาย ด้วยการใช้เทคโนโลยีรูปแบบใหม่ จัดทำ Package ที่น่าสนใจ และสื่อสารไปสู่ประชาชน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดประชาชน นำไปสู่การออกกำลังกายระดับประเทศ และการขับเคลื่อนกระทรวงสาธารณสุขสู่การเป็น Health Model”

เป้าหมาย (Outcome)

- จำนวนผู้ลงทะเบียนในระบบโครงการ 10 ล้านครอบครัวไทยออกกำลังกายเพื่อสุขภาพจำนวน 1 ล้านคนทั่วประเทศในปี 2563
- มีการขับเคลื่อนการส่งเสริมการออกกำลังกายโดยมีชุมชนเป็นฐานอย่างต่อเนื่อง

กิจกรรมดำเนินการหลัก

ขับเคลื่อนการส่งเสริมการออกกำลังกายโดยมีชุมชนเป็นฐาน โดย

- ขับเคลื่อนผ่าน อปท. เครือข่ายชมรมกีฬาและชมรมออกกำลังกายในพื้นที่ จัดทำแผนจัดกิจกรรมออกกำลังกายในชุมชนตามบริบท
- สสอ. รพศ./รพท./รพช. และ รพ.สต. จัดทำแผนปฏิบัติการรองรับ และสนับสนุนการทำงานในพื้นที่
- ติดตามกำกับผลการดำเนินการบนเว็บไซต์ 10 ล้านครอบครัวไทยออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

ร่วมกิจกรรม “ทำไทยก้าว...ไกลโรค” เพื่อขับเคลื่อนกระทรวงสาธารณสุขสู่การเป็น “Health Model”

ลงทะเบียนรายบุคคล ในแอปพลิเคชัน LINE และส่งผลสะสมระยะทางเดิน-วิ่ง ตั้งแต่ 1 กุมภาพันธ์ - 31 มีนาคม 2563

ขับเคลื่อนแผนส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561-2573

“จัดตั้งคณะกรรมการและกองทุนส่งเสริมการออกกำลังกายระดับจังหวัด”

กิจกรรมที่กรมอนามัยสนับสนุน

- จัดทำฐานข้อมูลโครงการ 10 ล้านครอบครัวไทย สำหรับสนับสนุน สื่อ องค์กรความรู้ ระบบลงทะเบียน และระบบติดตามผล ผ่านเว็บไซต์ activefam.anamai.moph.go.th และระบบกิจกรรม “ทำไทยก้าว...ไกลโรค”
- สนับสนุนการจัดตั้งกองทุน ดำเนินงบประมาณ รูปแบบคณะกรรมการ และรูปแบบการจัดการกองทุน



การขับเคลื่อนนโยบายงาน กลุ่มวัยทำงาน

1. นโยบายการขับเคลื่อนในปี 2563

ส่งเสริมการออกกำลังกายโดยมีชุมชนเป็นฐาน มุ่งเน้นการส่งเสริมการออกกำลังกาย ด้วยการใช้เทคโนโลยีรูปแบบใหม่ จัดทำ Package ที่น่าสนใจ และสื่อสารไปสู่ประชาชน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดประชาชน นำไปสู่การออกกำลังกายระดับประเทศ และการขับเคลื่อนกระทรวงสาธารณสุขสู่การเป็น Health Model

2. เป้าหมาย (Outcome)

- 2.1. จำนวนผู้ลงทะเบียนในระบบโครงการ 10 ล้านครอบครัวไทยออกกำลังกายเพื่อสุขภาพจำนวน 1 ล้านคนทั่วประเทศในปี 2563 โดยแบ่งสัดส่วนตามข้อมูลจำนวนครอบครัวแต่ละจังหวัดจากแฟ้มข้อมูล Home ในฐานข้อมูล HDC
- 2.2. มีการขับเคลื่อนการส่งเสริมการออกกำลังกายโดยมีชุมชนเป็นฐานอย่างต่อเนื่อง

3. โครงการ/กิจกรรมสำคัญ ในการขับเคลื่อน

โครงการ 10 ล้านครอบครัวไทยออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ มุ่งเน้นกิจกรรมสำคัญคือ (1) ขับเคลื่อนการส่งเสริมการออกกำลังกายในพื้นที่ (2) ร่วมกิจกรรม “ทำไทยก้าว...ไกลโรค” เพื่อขับเคลื่อนกระทรวงสาธารณสุขสู่การเป็น Health Model และ (3) การขับเคลื่อนแผนส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561-2573 เพื่อจัดตั้งกองทุนส่งเสริมการออกกำลังกายระดับจังหวัด และมหกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายระดับชาติ

4. กิจกรรมที่ สสจ. ดำเนินการ

- 4.1. ขับเคลื่อนการส่งเสริมการออกกำลังกายโดยมีชุมชนเป็นฐาน โดย
 - 4.1.1. สื่อสาร นโยบาย เป้าหมาย ตัวชี้วัด และรูปแบบการดำเนินการตามโครงการ 10 ล้านครอบครัวฯ ประสาน อปท. เครือข่ายชมรมกีฬาและชมรมออกกำลังกายในพื้นที่ ทำแผนจัดกิจกรรมออกกำลังกายในชุมชนตามบริบท และพัฒนาสภาวะแวดล้อมให้เอื้อต่อการออกกำลังกายเพื่อการมีสุขภาพดีอย่างต่อเนื่อง ยั่งยืน
 - 4.1.2. ประสานการดำเนินการบริการทุกระดับในสังกัด รพศ./รพท./รพช. และ รพ.สต. ให้ดำเนินการโดย ให้ทุกหน่วยบริการทำแผนปฏิบัติการเสนอให้ สสจ. ทราบ ตั้งแต่การเตรียมการ เริ่มดำเนินการ และดำเนินการต่อเนื่อง ให้การสนับสนุนช่วยเหลือด้วยคำแนะนำ อาจลงพื้นที่วิเคราะห์ศึกษาปัญหาพร้อมจัดกิจกรรมกับบางหน่วยบริการที่ประสบปัญหาไม่สามารถดำเนินการได้
 - 4.1.3. ติดตามกำกับผลการดำเนินการตามแผน จากข้อมูล รายงาน เราย่อบล บนเว็บไซต์ 10 ล้านครอบครัวไทยออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
- 4.2. ร่วมกิจกรรม “ทำไทยก้าว...ไกลโรค”
 - 4.2.1. ลงทะเบียนรายบุคคล ในแอปพลิเคชัน LINE และส่งผลสะสมระยะทางเดิน-วิ่ง ตั้งแต่ 1 กุมภาพันธ์ – 31 มีนาคม 2563
 - 4.2.2. ติดตามความคืบหน้าได้ทางเว็บไซต์โครงการ 10 ล้านครอบครัวฯ
- 4.3. ขับเคลื่อนแผนส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561-2573
 - 4.3.1. จัดตั้งคณะกรรมการและกองทุนส่งเสริมการออกกำลังกายระดับจังหวัด

5. กิจกรรมที่กรมอนามัยสนับสนุน

- 5.1. กรมอนามัย
 - 5.1.1. จัดทำฐานข้อมูลโครงการ 10 ล้านครอบครัวฯ สำหรับสนับสนุน สื่อ องค์ความรู้ ระบบลงทะเบียน และระบบติดตามผลผ่านเว็บไซต์ activefam.anamai.moph.go.th และระบบกิจกรรม “ทำไทยก้าว...ไกลโรค”
 - 5.1.2. สนับสนุนการจัดตั้งกองทุนฯ ด้านงบประมาณ รูปแบบคณะกรรมการ และรูปแบบการจัดการกองทุนฯ
- 5.2. ศูนย์อนามัยทั่วประเทศ และสถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเขตเมือง ทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาระดับเขต โดย ชี้แจง ถ่ายทอด ให้คำปรึกษาเรื่องนโยบาย โดยสอดคล้องเหมาะสมตามบริบทพื้นที่